

ラジオ体操 百景

「丸の内ラジオ体操」～ビジネスパーソンの気軽な運動習慣～

東京の丸の内働くみなさんとともに気軽な運動習慣の場をつくっていきたく考えたのが「丸の内ラジオ体操」の始まりです。開始時間はランチタイム後半の12時45分から、また場所は木々が立ち並ぶ丸の内仲通りを選びました。12時を過ぎたころから「丸の内ラジオ体操」の看板を出し、「飛び入り参加OK!」と声をかけました。最初は看板に目をやりつつも通りすぎていく人が多かったのですが、回を重ねるごとに大勢の方々にお集まりいただけるようになりました。すがすがしい空気に包まれながらのラジオ体操は、普段は仕事をする場である丸の内を、リフレッシュできる場に変えました。丸の内の風物詩の一つとして、今後も開催できればと期待しています。(NPO法人 大丸有エリアマネジメント協会 中嶋 美年子)



丸の内仲通りで行われたときの様子。

投稿コーナー

ラジオ体操で地域づくり、仲間づくり。 ～相模原市ラジオ体操実施会場マップづくり～

相模原市では、ラジオ体操の実施団体やラジオ体操指導員の資格を持った愛好者の方々が中心となり昨年4月25日に発足した「相模原市ラジオ体操連盟」と、健康づくりに関わる市民や団体で構成された「さがみはら市民健康づくり会議」が力を合わせ、「相模原市ラジオ体操実施会場マップ」を発行しました。目的は、市内でラジオ体操を続けている体操会や会場を連盟が把握し応援するため、そして、より多くの方々にラジオ体操会場に来ていただくためです。ポスターとチラシで告知したところ、体操会からも好評で、マップを見て初めて参加する方が増えたとの報告も届きました。みなさんの地域でもマップをつくって、多くの方々に会場に足を運んでいただき、ラジオ体操で健康づくりの仲間を増やしましょう。(相模原市ラジオ体操連盟会長 さがみはら市民健康づくり会議会長 長野 信一)



相模原市ラジオ体操連盟

編集後記

「全国小学校ラジオ体操コンクール」で金賞、銀賞、銅賞を受賞した小学校にお伺いして、表彰式とラジオ体操出張授業を実施してきました。どちらの学校でも、表彰された小学生のみなさんが自信に満ちあふれていて素敵でした。もちろん、先生方にもとても喜んでいただきました。第3回目も、少しでも多くのチームに参加していただけるよう、しっかりと準備を進めたいと思います! (かんぽ生命・編集担当一同)



「ラジオ体操®」では、みなさんがラジオ体操を楽しむ様子をご紹介させていただきたいと思っています。写真やお手紙など、どしどしお寄せください!

※当社は、法令等で定める場合を除き、あらかじめご本人の同意を得ることなく、個人情報を第三者へ提供することはありません。また、当社は、お客さまの個人情報を共同利用させていただく場合には、法令等で定める必要事項をあらかじめご通知、または公表させていただいたうえで実施いたします。投稿記事・写真の著作権、管理権、その他の権利は株式会社かんぽ生命保険に帰属します。また、投稿記事・写真はご返却しかねます。なお、投稿写真は第三者の権利を侵害していないものにてください。

ラジオ体操 第7号 2016年3月発行 発行：株式会社かんぽ生命保険広報部 次号は9月発行(年2回発行)

住所：〒100-8798 東京都千代田区霞が関一丁目3番2号 かんぽ生命広報部 ラジオ体操編集係 宛
電話：03-3504-4411 (日本郵政グループ代表番号) かんぽ生命 ラジオ体操 検索

かんぽ生命がお届けする 健康づくり応援情報誌

第7号

ラジオ体操®

<ラジオ体操場や>ラジオ体操のアイドルキャラクター



平成28年度

「夏期巡回・特別巡回ラジオ体操・みんなの体操会」の開催地が決定しました!

平成28年度の夏期巡回・特別巡回ラジオ体操・みんなの体操会の開催日程、実施会場をお知らせいたします。

北海道・東北 地域				
日程	曜日	住所	会場	
6月12日	日	北海道清水町	清水町立御影小学校グラウンド	
7月24日	日	宮城県登米市	登米市諏訪公園	
8月 1日	月	北海道江別市	飛鳥山公園多目的市民広場	
8月 2日	火	北海道共和町	共和町スポーツと憩いの広場	
8月 3日	水	北海道江差町	江差町立江差中学校グラウンド	
8月 8日	月	山形県酒田市	酒田市立浜田小学校グラウンド	
8月 9日	火	秋田県東成瀬村	東成瀬村多目的グラウンド	
8月10日	水	青森県鶴田町	鶴田町立鶴田中学校グラウンド	
8月12日	金	福島県郡山市	郡山総合運動場開成山陸上競技場	
10月 2日	日	岩手県矢巾町	矢巾町屋外運動場	

東海・北陸・近畿 地域				
日程	曜日	住所	会場	
6月19日	日	大阪府能勢町	能勢町立能勢小学校・中学校グラウンド	
6月26日	日	愛知県岡崎市	六名公園運動場	
8月 5日	金	滋賀県栗東市	栗東運動公園 野球場	
8月 6日	土	京都府南丹市	南丹市園部公園陸上競技場	
8月 7日	日	奈良県安堵町	安堵中央公園多目的広場	
8月18日	木	岐阜県富加町	半ヶ丘公園グラウンド	
8月19日	金	三重県大台町	大台町立大台中学校グラウンド	
8月20日	土	静岡県湖西市	湖西市立津津中学校グラウンド	
8月26日	金	愛知県北名古屋市	北名古屋市立師勝中学校グラウンド	
8月27日	土	富山県高岡市	高岡西部総合公園多目的広場	
8月28日	日	石川県輪島市	輪島市立河井小学校グラウンド	
8月30日	火	兵庫県尼崎市	尼崎市記念公園ベイコム陸上競技場	
8月31日	水	大阪府大東市	大東市立四条グラウンド	
9月11日	日	福井県坂井市	霞ヶ城公園ふれあい広場	

関東・甲信越 地域				
日程	曜日	住所	会場	
5月29日	日	東京都日野市	日野市民陸上競技場	
7月20日	水	東京都江東区	都立木場公園多目的広場	
7月21日	木	千葉県流山市	流山市総合運動公園野球場	
7月22日	金	茨城県つくばみらい市	つくばみらい市総合運動公園	
7月23日	土	新潟県妙高市	妙高市総合体育館芝生広場	
7月28日	木	神奈川県横浜市泉区	横浜市立中和田中学校グラウンド	
7月29日	金	埼玉県入間市	埼玉県営彩の森入間公園	
7月30日	土	山梨県韮崎市	韮崎市営総合運動場	
8月 4日	木	長野県阿智村	阿智村立阿智中学校グラウンド	
8月21日	日	群馬県下仁田町	下仁田町立下仁田中学校グラウンド	
8月22日	月	東京都北区	北区立新河岸東公園	
8月29日	月	栃木県壬生町	総合運動場	
9月 4日	日	埼玉県日高市	日高市立高麗川小学校	

中国・四国・九州・沖縄 地域				
日程	曜日	住所	会場	
4月17日	日	鳥取県境港市	境港市立誠道小学校グラウンド	
7月25日	月	沖縄県本部町	本部町運動公園	
7月26日	火	鹿児島県大崎町	大崎町ふれあいの里公園多目的広場	
7月27日	水	宮崎県日向市	お倉ヶ浜総合公園	
7月31日	日	愛媛県松山市	松山市 城山公園(堀之内地区)	
8月11日	木・祝	香川県三豊市	三豊市立上高瀬小学校グラウンド	
8月13日	土	熊本県相良村	相良村運動公園	
8月14日	日	大分県大分市	七瀬川自然公園芝生広場	
8月15日	月	山口県萩市	中央公園	
8月16日	火	福岡県遠賀町	遠賀総合運動公園多目的グラウンド	
8月17日	水	佐賀県神埼市	神埼中央公園グラウンド	
8月23日	火	山口県防府市	防府市スポーツセンター陸上競技場	
8月24日	水	岡山県浅口市	天草公園野球場	
8月25日	木	広島県府中市	府中市協和スポーツグラウンド	
9月25日	日	長崎県小値賀町	小値賀町総合運動公園(総合グラウンド)	
10月16日	日	高知県香南市	香南市立野市小学校グラウンド	

7月31日の愛媛県松山市は、「1000万人ラジオ体操・みんなの体操祭」として開催します。



お近くの方はぜひご参加ください!

昨年(石川県金沢市)の様子

雨天の場合は会場が変わります。詳しくは、かんぽ生命のホームページにてご確認ください。

第2回 全国小学校ラジオ体操コンクール 審査結果の発表!

当コンクールは、多くの小学生のみなさまに元気にラジオ体操をしていただく機会を増やし、健康増進および児童の育成にお役立ていただくことを目的として2014年度から開催しております。第2回目となる今回は、全国から450チームを超える応募がありました。5名の審査員が応募動画を厳正に審査し決定した結果を各審査員のメッセージとともにお知らせします。なお、今年度から敢闘賞と奨励賞、そして積極的にラジオ体操に取り組んでいる学校とチームをたたえるかんぼ生命特別賞を新設し、より多くのみなさまを表彰しました。



努力を続ければ結果につながるかわかった!

やる気を引き出してくれた先生方や家族にありがとう!

みんなで富士山に登ってきたような気分です!



金賞 GOLD
増田スピリット
 鹿児島県 中種子町立増田小学校

銀賞 SILVER
ラジオ体操 広め隊
 埼玉県 三郷市立八木郷小学校

銅賞 BRONZE
二代目美土里グリーンピース
 広島県 安芸高田市立美土里小学校

受賞の瞬間には喜びのあまり、歓喜の声を上げる子がいたり泣き出す子がいたり大騒ぎでした。昨年度は当時の3年生が参加して優秀賞をいただきましたので、今年度は5・6年生が挑戦。練習では、なかなかうまく動けず悔し涙を流す子もいましたが、チーム全員で協力して最後まであきらめないで頑張ってくれました。この達成感は一生の宝物になるでしょう。これからも種子島にもっとラジオ体操を広げていくこと、そして来年度も当コンクールに参加して連覇することを目標に努力を続けてまいります。

今回の受賞については、誠に光栄なことと受け止めております。子どもたちが「全力は美なり」「努力は嘘をつかない」というわが校の合言葉を実感してくれたことを心よりうれしく思います。このチームはたくさん集まった希望者からオーディションで選抜された、2年生から6年生までの計20名。上級生が下級生にポイントを教えながら練習を重ね、ビデオ撮影を何度も何度も繰り返しました。このような苦勞が実を結んだのでしょう。子どもたちは早くも来年度に目を向け、次こそ金賞を取ると言っております。

全国450チームの第3位に選ばれ、驚きとうれしさで胸がいっぱいです。昨年度、初代の美土里グリーンピースがいただいた優秀賞よりも上の賞を目指した二代目は、4・5・6年生で構成され、また偶然に女子だけのチームとなりました。練習に関しては、指導者の指示を待つことなく、模範の動きをビデオで確認して自分たちで研究していた点が昨年度との違い。その自主的な姿勢が成果として表れたと思います。子どもたちの間でも当コンクールはあこがれの場となっているので、今後も参加していきたいと考えています。

チーム代表 長井 忠寅 先生

チーム代表 和田 高一 先生

チーム代表 品川 佳裕 先生



優秀賞 (優秀賞に順位はありません)

- すわっ子ラジオ体操 Aチーム 埼玉県 さいたま市立東岩槻小学校
- すわっ子ラジオ体操 Bチーム 埼玉県 さいたま市立東岩槻小学校
- 二代目ラジオ体操ひろめんにゃあ 山口県 山口市立白石小学校
- ラジオ体操 白小 FINE 山口県 山口市立白石小学校
- チームHimosashi 長崎県 平戸市立紐差小学校
- 田検小 ラジオ体操イレブン 鹿児島県 宇検村立田検小学校
- ロケット平山! 鹿児島県 南種子町立平山小学校

かんぼ生命特別賞 (特別賞に順位はありません)

- 石川県 羽咋市立羽咋小学校
- 岡山県 津山市立院庄小学校
- 広島県 安芸高田市立向原小学校
- 広島県 北広島町立大朝小学校
- 広島県 神石高原町立三和小学校
- 鹿児島県 三島村立片泊小学校
- ラジオ体操10(ディエス) 小学3年生 東京都 日野市立日野第五小学校
- 1年月組 大阪府 岬町立多奈川小学校
- みこちゃん 1・2年 広島県 庄原市立美古登小学校
- なかよし1年/平小げんキッズ 長崎県 平戸市立平戸小学校
- 津嘉山っ子 体操 1・2・3 沖縄県 南風原町立津嘉山小学校

敢闘賞 16チーム 奨励賞 59チーム

敢闘賞、奨励賞の受賞チームなど、本コンクールの詳細は、ラジオ体操コンクール特設サイト(<http://radi-con.jp/>)へ。

第3回開催決定! 5月1日から応募開始です。

審査員メッセージ

ココがよかった!



〈青山 敏彦 先生〉すばらしいラジオ体操のVTRを作成してくださったことに感謝します。上級生のみなさんが下級生のみなさんの手足を取りやすく体操を指導している姿に運動の成果とともに心のつながりを強く感じ感動しました。



〈長野 信一 先生〉昨年に比べ全体のレベルが上がっていると思います。かんぼ生命のホームページを見て、正しく効果的な運動方法を身につけて応募してきている学校が多くなったと感じました。これからもいろいろな機会に楽しみ続けていってください。



〈多胡 肇 先生〉みなさんが一生懸命ラジオ体操に取り組んでくれた様子を見て安心しました。これからもラジオ体操を通してからだを強く、気持ちをやさしく、何事にもチャレンジして大きく成長してください。



〈西川 佳克 先生〉みなさんが一生懸命頑張りましたね!力をあわせ、リズムをあわせ、元気にラジオ体操をしている様子はどのチームからも伝わってきました。これからも力をあわせているいるなことに取り組んでください。



〈岡本 美佳 先生〉みなさんが緊張しながらも一生懸命に体操している姿に胸を打たれました。これで終わりではなく、仲間と一緒にリズムよく音楽にあわせてからだを動かして笑顔いっぱい元気なからだを保ってください。